

Y8 HT4 – Body & Fitness



AIMS

- **Stating** body and face parts
- **Explaining** what hurts or aches
- **Explaining** what illnesses you have
- **Describing** how people can stay fit
- **Using** imperatives for advice



FANCY PHRASES

Eine ausgewogene Ernährung ist mir sehr wichtig.
A balanced diet is very important to me.
 Ich habe eine Machermentalität.
I have a go-getter attitude.
 Ich bin ein(e) echte(r) Stubenhocker(in).
I'm a real couch potato.

KEY GRAMMAR

Using "seit"

To say how long you've had an illness, you can use **seit**, which means *since* or *for*. When you use **seit**:

- a) The time phrase will be in the dative case; and
- b) The sentence must be in the present tense.

Q. **Seit** wann hast du das?

How long have you had that for?

A. **Ich habe** Halsschmerzen **seit** einem Tag.

I've had a sore throat for one day.

seit einem Tag/zwei Tagen

for one day/two days

seit gestern/Freitag

since yesterday/Friday

seit einer Woche/drei Wochen

for one week/three weeks

Using imperatives to give advice

To give advice, commands, or instructions, use an imperative.

Informal

Take the *du* form of the verb, and remove the *-st*.

Infinitive Du form Imperative Example

gehen	gehst	geh	Geh zum Zahnarzt!
spielen	spielst	spiel	Spiel kein Tennis!
trinken	trinkst	trink	Trink viel Wasser!
bleiben	bleibst	bleib	Bleib im Bett!
nehmen	nimmst	nimm	Nimm dieses Medikament!

Formal

Simply use the *Sie* form of the verb – which is almost always the same as the infinitive - and include the "Sie" straight after it!

Infinitive Sie form Example

gehen	gehen	Gehen Sie zum Zahnarzt!
nehmen	nehmen	Nehmen Sie diese Salbe!

Using modal verbs like "können"

When using a modal verb like **können** (to say what you *can* do), you must remember to put the other verb in the infinitive and at the end of the sentence.

Man **kann** Fußball jeden Tag spielen.

Man **kann** einmal pro Woche joggen gehen.

Dreimal in der Woche **kann** man im Sportclub trainieren.

KEY VOCABULARY - Body

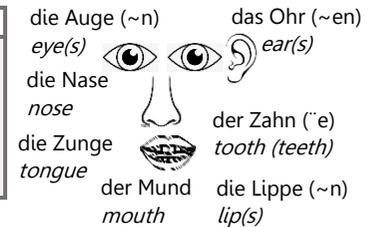
German	English
der Hals (~er)	neck/throat
der Po (~s)	bottom
der Fuss (~er)	foot
der Kopf (~er)	head
das Bein (~e)	leg
das Knie (~n)	knee
die Schulter (~n)	shoulder
der Rücken (~)	back
die Zehe (~n)	toe
die Hand (~e)	hand
der Arm (~e)	arm
die Finger (~)	finger
der Bauch (~e)	stomach

KEY VOCABULARY - Illnesses

German Example	English Example
Ich habe Zahnschmerzen.	<i>I have toothache.</i>
Mein Bein tut weh.	<i>My leg hurts.</i>
Meine Arme tun weh.	<i>My arms hurt.</i>
Ich bin müde.	<i>I am tired.</i>
Ich habe Fieber.	<i>I have a fever.</i>
Ich habe Schnupfen.	<i>I have a cold.</i>
Trink viel Wasser!	<i>Drink lots of water!</i>
Nimm diese Salbe/dieses Medikament/diese Tropfen!	<i>Take this cream/this medicine/these drops!</i>
einmal/zweimal/dreimal am Tag	<i>once/twice/three times per day</i>
Bleib zwei/drei Tage im Bett!	<i>Stay in bed for two/three days.</i>
Geh zum Zahnarzt!	<i>Go to the dentist!</i>
Spiel kein Tennis!	<i>Don't play any tennis!</i>

KEY PHRASES – How To Stay Fit

Man kann <i>You can</i>	immer (<i>always</i>) jeden Tag (<i>every day</i>) dreimal in der Woche (<i>three times per week</i>) zweimal in der Woche (<i>twice per week</i>) am Wochenende (<i>at the weekend</i>) manchmal (<i>sometimes</i>)	wandern/schwimmen/jogging gehen (<i>go walking/wimming/jogging</i>) Fußball spielen (<i>play football</i>) gesund essen (<i>eat healthily</i>) Radtouren machen (<i>go on bike rides</i>) im Sportclub trainieren (<i>train in the gym</i>)
----------------------------	---	--



KEY VERBS and TENSES

Verb	Past Perfect	Present	Future	Past Imperfect	Conditional
spielen <i>to play</i>	Ich habe jeden Tag Rugby gespielt . <i>I (have) played rugby every day.</i>	Ich spiele zu oft online. <i>I play/am playing online too often.</i>	Ich werde mehr Sport spielen . <i>I will play more sport.</i>	Ich spielte fast nie Fußball. <i>I almost never played football.</i>	Ich würde gar kein Sport spielen . <i>I would play no sport at all.</i>
essen <i>to eat</i>	Ich habe immer gesund gegessen . <i>I have always eaten healthily.</i>	Ich esse jeden Tag Obst und Gemüse. <i>I eat/am eating fruit and vegetables ever day.</i>	Ich werde nie ungesund essen . <i>I will never eat unhealthily.</i>	Ich aß immer Salat. <i>I always ate salad.</i>	Ich würde nur in Restaurants essen . <i>I would only eat in restaurants.</i>
gehen <i>to go</i>	Ich bin im Fitnessstudio gegangen . <i>I went to the fitness centre.</i>	Ich gehe immer schwimmen. <i>I always go/am going swimming.</i>	Ich werde am Montag gehen . <i>I will go on Monday.</i>	Ich ging in den Jugendklub. <i>I went to the youth club.</i>	Ich würde häufiger gehen . <i>I would go more often.</i>
haben <i>to have</i>	Ich habe Bauchschmerzen gehabt . <i>I (have) had stomach ache.</i>	Ich habe heute Kopfschmerzen. <i>I have a headache today.</i>	Ich werde später Halsschmerzen haben . <i>I will have a sore throat later.</i>	Ich hatte früher Magenschmerzen. <i>I had stomach ache earlier.</i>	Ich würde lieber Armschmerzen nicht haben . <i>I would prefer not to have arm ache.</i>